

---

Subject: Warrior Diet

Posted by [benutzer81](#) on Sun, 04 May 2008 16:19:33 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Praktiziert jemand von euch diese ernährungsweise bzw. hat damit schon erfahrungen gemacht? Was ist dabei wichtig? Worauf muss man achten, welche nahrungsmittel darf man keinesfalls auslassen?

Diese ernährungsweise praktiziere ich zwar selbst schon länger, allerdings wußte ich nicht das es hierfür sogar einen begriff gibt und das mittlerweile eine ernährungsform ist die einige anhänger hat. Jetzt möchte ich mehr darüber wissen und die ernährung optimieren. Man findet jedoch, außer in bb-foren, keine brauchbaren infos im deutschen web.

---